



The Malaysian Medical Gazette

HEALTH EDUCATION, INTERNAL MEDICINE/PERUBATAN DALAMAN, LIFESTYLE/GAYA HIDUP

Peningkah Saringan Penyakit Jantung Koronari untuk Orang Dewasa? – Dr Mohammad Hj. Che' Man

by [Hidayah](#) • May 29, 2020 • [0 Comments](#)

'*Atherosclerosis*' adalah penyebab patologi utama kepada penyakit jantung koronari. Ianya merupakan penyebab kepada morbiditi dan mortaliti yang utama di seluruh dunia.

Di negara Malaysia, penyakit jantung koronari adalah 1 per 4 penyebab kematian utama di hospital- hospital kerajaan iaitu sebanyak 24.4%.

Faktor-faktor risiko penyakit jantung koronari adalah:

Faktor risiko yang boleh diubah	Faktor risiko yang tidak boleh diubah
· Merokok	· Peningkatan umur
· Tidak aktif bersenam/kurang aktiviti fizikal	· Lelaki
· Tekanan darah tinggi	· Keturunan – genetik
· Tahap kolesterol yang tinggi (<i>dyslipidaemia</i>)	
· Berat badan berlebihan atau obesiti	

· Diet yang tidak sihat – kandungan garam dan lemak yang tinggi serta kurangnya serat	
· Minum arak	
· Faktor psikososial seperti tekanan hidup, murung, kemiskinan dan taraf pendidikan	

Berdasarkan kajian “*National Health and Morbidity Survey, 2011*” telah membuktikan bahawa kadar prevalen tertinggi untuk faktor risiko penyakit jantung koronari yang boleh diubah di kalangan orang dewasa yang berumur 18 tahun ke atas adalah disebabkan oleh pemakanan yang tidak sihat iaitu 92.5%, diikuti oleh berat badan yang berlebihan dan obesiti iaitu sebanyak 60.5%, tahap kolesterol yang tinggi iaitu sebanyak 35.1%, tekanan darah tinggi 32.7%, merokok 25% dan kencing manis sebanyak 15.2%.

Kaedah saringan penyakit jantung koronari.



Mengikut “*Framingham Study Group*”, “*Framingham Risk Score*” (FRS) digunakan sebagai kaedah penilaian risiko penyakit jantung koronari secara umum. Berdasarkan kepada ‘FRS’ ini, setiap individu dikelaskan kepada risiko secara total kepada penyakit jantung yang rendah (< 10%), sederhana (10- 20%) dan juga tinggi (>20%). Di dalam ‘FRS’, terdapat parameter umur, jantina, indeks jisim badam (‘body mass index’ (BMI)), tekanan darah sistolik, jenis ubat darah tinggi yang dimakan, merokok dan juga status kencing manis.

Saringan faktor risiko dilakukan pada permulaan umur tertentu bagi mereka yang berumur dengan mengklasifikasikan mereka kepada dua iaitu adanya faktor risiko penyakit jantung atau tiada faktor risiko penyakit jantung koronari.

Ujian-ujian saringan:

1. Pengskoran framingham dilakukan ke atas mereka yang berumur 30 tahun dan ke atas yang mempunyai faktor risiko untuk penyakit jantung koronari, manakala 40 tahun dan ke atas sekiranya tidak mempunyai faktor risiko. Untuk risiko yang rendah disarankan dibuat ujian saringan di antara 2 hingga 5 tahun, manakala mereka yang berisiko sederhana disarankan dibuat ujian saringan di antara 6 bulan hingga setahun, dan kepada mereka yang berisiko tinggi ujian saringan bergantung kepada tahap klinikal pesakit tersebut.
2. Pengambilan berat dan tinggi untuk mendapatkan indeks jisim badan (*body mass index*) bermula pada umur 18 tahun dan ke atas. Ianya juga boleh diukur dengan lilitan pinggang.

Untuk yang normal, disarankan dibuat ujian saringan setiap 2 tahun, dan setiap tahun sekiranya mempunyai faktor risiko penyakit jantung koronari. Untuk yang mempunyai berat badan yang berlebihan dan obesiti adalah disarankan dibuat ujian saringan setiap 6 bulan sekali.

- [Fat in my Liver? – Dr Chieng Jin Yu](#)
- [Pengenalan kepada Angiografi Koronari – Dr Chiam Keng Hoong](#)
- [5 Myths About Diabetes – Dr Nur Hidayati](#)
- [Suntikan Insulin: Bukanlah Satu Kegagalan Tetapi Suatu Pencapaian! – Dr Mohd Shaiful Ehsan](#)
- [I'll Ruin My Kidneys! – Dr Aneesa Abdul Rashid](#)
- [Penyakit Buah Pinggang Kronik & Ibadah Puasa – Dr Nur Hidayati](#)
- [Kesan Menggunakan Minyak Masak Berulang Kali kepada Jantung & Salur Darah – Dr Siti Khadijah Adam \(PhD\)](#)
- [What Are Non-Communicable Diseases? – Dr Hidayatul Radziah Ismawi](#)

Tags: [jantung](#) [koronari](#) [sakit jantung](#) [saringan](#)

← Covid-19: To Discover, Dampen and Defeat (A tribute poem) – Dr Catherine Thamarai A

Lebihan Susu Ibu: Satu Rahmat atau Sebaliknya? – Dr Nurjasmine Aida Jamani →

Leave a Reply

Your email address will not be published. Required fields are marked *

Comment



Please type the characters of this captcha image in the input box

Name *

Email *

Website

3. Ukuran tekanan darah tinggi adalah pada umur 18 tahun dan keatas untuk setiap tahun bagi mereka yang mempunyai tekanan darah sistolik < 130 mmHg dan diastolic < 85 mmHg, setiap 3 bulan sehingga 6 bulan sekiranya bacaan tekanan darah dalam lingkungan sistolik 130 ke 139 mmHg dan bacaan diastolik 85 ke 89 mmHg. Untuk yang berisiko tinggi, disarankan mengambil ukuran secara kerap.
4. Ujian tahunan kolesterol bermula pada umur 18 tahun dan ke atas iaitu dengan pengambilan darah 'fasting lipid profile' yang mengandungi ujian total kolesterol, LDL-C, HDL-C dan juga Trigliserida.
5. Ujian kencing manis iaitu samaada 'random blood glucose', 'fasting blood glucose', 'oral glucose tolerance test' atau ujian HbA1C iaitu bermula pada umur 18 tahun dan ke atas bagi yang mempunyai risiko penyakit kencing manis dan umur 30 tahun dan ke atas yang tidak mempunyai faktor risiko.
6. Ujian 'familial hypercholestromia' yang berumur 18 tahun dan ke atas bagi mereka yang mempunyai faktor risiko. Pegawai perubatan terlatih akan menilai kesesuaian untuk membuat ujian tersebut.

Selepas mengetahui keputusan ujian saringan, langkah-langkah pencegahan awal dapat diambil terutamanya untuk mengawal atau mengelakkan faktor risiko boleh ubah. Kesimpulannya, saringan penyakit jantung koronari untuk orang dewasa amatlah penting. Bak kata pepatah Inggeris, "Prevention is better than cure" iaitu 'Mencegah itu adalah lebih baik daripada mengubati'.

Rujukan:

1. Cardiovascular disease risk factor: screening for adults: Consensus Guide to Adult Health Screening for General Population Attending Primary Care Clinic, 2015
2. Clinical Practice Guidelines: Prevention of cardiovascular disease in woman (2ndEdition) 2016, Ministry of Health Malaysia.
3. Clinical Practice Guidelines: Management of Hypertension (5th Edition) 2018, Ministry of Health Malaysia.
4. Clinical Practice Guidelines: Management of type 2 Diabetes Mellitus (5th Edition) 2016, Ministry of Health Malaysia.

ASST. PROF. DR. MOHAMMAD BIN HJ. CHE' MAN

(MD.UKM, MMED.USM)

DEPARTMENT OF FAMILY MEDICINE, IIUM KUANTAN PAHANG

FAMILY MEDICINE SPECIALIST/CLINICAL LECTURER

SPECIAL INTEREST: MEN HEALTH, PRIMARY CARE DERMATOLOGY

[This article belongs to The Malaysian Medical Gazette. Any republication (online or offline) without written permission from The Malaysian Medical Gazette is prohibited.]

Like 0

Tweet

[Share](#)

Related Posts via Taxonomies

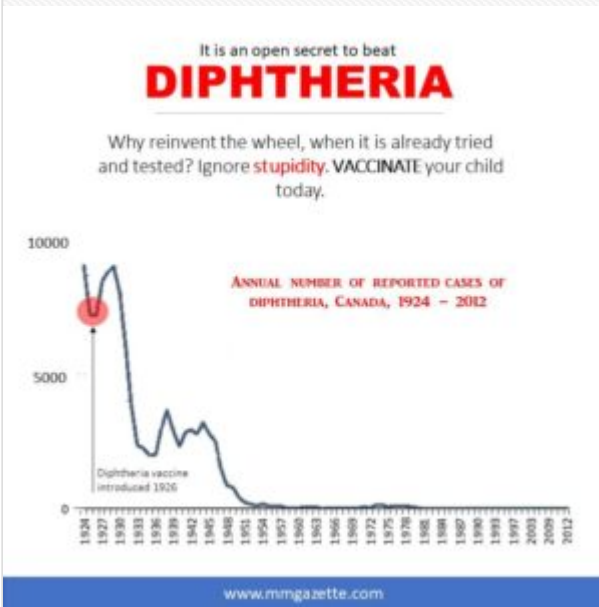
- [Wanita dan Masalah Buah Pinggang Kronik \(Video\) – MMG](#)
- [Ujian Stres Senaman \(Exercise Stress Test\): Cara dan Bagaimana– Dr Chiam Keng Hoong](#)

Post Comment

THE SPEAKSPACE



VACCINES WORK



SOCIAL MEDIA



Find us on
Facebook

twitter 



Instagram



YouTube

CATEGORIES

- [#ForMedicalStudents](#)
- [#HealthyRamadhan](#)
- [#MsiaEndsDengue](#)
- [#SmokeFreeMY](#)
- [Allied Health/Kesihatan Bersepadu](#)
- [Back to School](#)
- [Breast Cancer Awareness](#)
- [Cancer/Barah](#)
- [Dental/Pergigian](#)
- [Dermatology/Dermatologi](#)
- [DoctorOnCall](#)
- [DoctorOnCall](#)

- Early Career Psychiatric Chapter (ECP)
- Editorials
- Emergency Medicine/Perubatan Kecemasan
- ENT/Telinga, Hidung & Tekak
- Feature Articles
- Floods & Health
- General/Umum
- Health Education
- Heart Awareness Month
- Infectious Diseases/Penyakit Berjangkit
- Internal Medicine/Perubatan Dalaman
- Kejururawatan/Nursing
- Letters To Editor
- Lifestyle/Gaya Hidup
- Medical & Literature
- Medication/Ubat-ubatan
- Medicine & Law/Undang-Undang Perubatan
- Men's Health/Kesihatan Lelaki
- Ministry of Health/Kementerian Kesihatan Malaysia
- News & Announcements
- Non-communicable Disease/Penyakit Tidak Berjangkit
- Obstetric/Obstetrik
- Occupational Health/Kesihatan Pekerjaan
- Opinions
- Ophthalmology/Mata
- Ophthalmology/Ophthalmologi
- Optometri/Optomety
- Orthopaedics/Ortopedik
- Paediatrics/Pediatriks
- Physiotherapy/Fisioterapi
- Psychiatry/Psikiatri
- Public Health/Kesihatan Awam
- Research/Kajian Saintifik
- Sonography/Sonografi
- Surgery
- WNTD2014
- Women's Health/Kesihatan Wanita
- World Breastfeeding Week 2014
- Young Columnists Program

OWNED BY



DISCLAIMER

The Malaysian Medical Gazette (PPM-007-12-13092013) formed under Malaysian Integrated Medical Professionals Association is an informational website featuring news, issues and medical facts written by specialists, doctors and healthcare professionals.

It is not a substitute for medical consultation.

All facts written were authenticated by the respective authors and true at the time of publication.

MIMPA/MMG VOLUNTEER FORM

<https://forms.gle/eknioER5JaNK2HDt6>

Copyright © 2020 [The Malaysian Medical Gazette](#). All Rights Reserved.

The Magazine Basic Theme by [bavotasan.com](#).